



UNIVERSIDAD
PRIVADA
DEL NORTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Psicología

“INTELIGENCIA EMOCIONAL Y BIENESTAR PSICOLÓGICO
EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
DE TRUJILLO”

Tesis para optar por el título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autora:

Bach. Thalía Mavel Rojas Alfaro

Asesora:

Mg. Lorena Maribel Frías Saavedra

Trujillo – Perú
2020

Tabla de contenidos

DEDICATORIA ..	2
AGRADECIMIENTO.....	3
ÍNDICE DE TABLAS	5
CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN	9
CAPÍTULO II. METODOLOGÍA	37
CAPÍTULO III. RESULTADOS	47
CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.....	53
REFERENCIAS	64
ANEXOS	78

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Distribución de estudiantes de acuerdo al género y criterio de inclusión ...	39
Tabla 2. Correlación de la Inteligencia emocional con el Bienestar Psicológico en adolescentes de una institución educativa de Trujillo	47
Tabla 3. Correlación del área de Socialización de la Inteligencia emocional con los componentes del Bienestar Psicológico en adolescentes de una institución educativa de Trujillo	48
Tabla 4. Correlación del área Autoestima de la Inteligencia emocional con los componentes de Bienestar Psicológico en adolescentes de una institución educativa de Trujillo	49
Tabla 5. Correlación del área Solución de problemas de la Inteligencia emocional con los componentes del Bienestar Psicológico en adolescentes de una institución educativa de Trujillo.....	50
Tabla 6. Correlación del área de Felicidad–Optimismo de la Inteligencia emocional con los componentes del Bienestar Psicológico en adolescentes de una institución educativa de Trujillo.....	51
Tabla 7. Correlación del área Manejo de la emoción de la Inteligencia emocional con los componentes del Bienestar Psicológico en adolescentes de una institución educativa de Trujillo.....	52

Tabla 8. Nivel de Inteligencia emocional en adolescentes de una institución educativa de Trujillo	89
Tabla 9. Nivel de Inteligencia emocional según áreas, en adolescentes de una institución educativa de Trujillo	90
Tabla 10. Nivel de Bienestar Psicológico en adolescentes de una institución educativa de Trujillo	92
Tabla 11. Nivel de Bienestar Psicológico según componentes, en adolescentes de una institución educativa de Trujillo	93
Tabla 12. Prueba de Normalidad de Kolgomorov-Smirnov de las puntuaciones del test de Inteligencia emocional, en trabajadores de una empresa de seguridad de Trujillo	95
Tabla 13. Prueba de Normalidad de Kolgomorov-Smirnov del Cuestionario de Bienestar psicológico, en trabajadores de una empresa de seguridad de Trujillo.....	96
Tabla 14. Coeficientes de correlación ítem-test corregidos del Test de Inteligencia emocional en adolescentes de una institución educativa de Trujillo.....	97
Tabla 15. Coeficientes de correlación ítem-test corregidos de los ítems del Cuestionario del Bienestar Psicológico en adolescentes de una institución educativa de Trujillo	99
Tabla 16. Confiabilidad del Cuestionario de Bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa de Trujillo	101

Tabla 17. Confiabilidad del test de Inteligencia emocional en adolescentes de una institución educativa de Trujillo	102
--	------------

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre la Inteligencia Emocional y el Bienestar Psicológico de los adolescentes de una Institución Educativa de Trujillo. El estudio fue de tipo no experimental, de diseño descriptivo correlacional, de corte transversal. Compuesta por una muestra de 123 estudiantes con 12 años de edad, los cuales fueron elegidos mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Los instrumentos utilizados fueron: El Test “Conociendo mis emociones”, creado y adaptado por César Ruiz y Ana Benites, 2004 y la “Escala de Bienestar Psicológico”, elaborado por Martina Casullo, 2002; adaptado por Marilia Cortez, 2016. El resultado general mostró correlación directa con efecto tamaño grande ($r=.62$), entre la Inteligencia emocional con Bienestar psicológico; además se obtuvo como resultado que, el área de Socialización tuvo correlación directa con magnitud mediana ($r=.47$); respecto a los componentes Vínculos Psicosociales y Amor a sí Mismo. Del mismo modo el área Autoestima presentó correlación directa con el componente Vínculos Psicosociales ($r=.31$) y Amor a sí mismo ($r=.47$). Así también, evidenció la misma magnitud las áreas de Felicidad-Optimismo y Manejo de emoción, respecto a los mismos componentes, añadiendo a este último Control de Situaciones; por tanto se acepta la hipótesis general planteada en el presente estudio.

Palabras clave: Inteligencia Emocional, Bienestar Psicológico, Adolescentes.

NOTA DE ACCESO

No se puede acceder al texto completo pues contiene datos confidenciales

REFERENCIAS

- Agencia Peruana de Noticias ANDINA (2016). *El 80% de atenciones en centros de salud mental son niños y adolescentes*. Recuperado el 08 de noviembre de 2019, de <https://andina.pe/agencia/noticia-80-atenciones-centros-salud-mental-son-a-ninos-y-adolescentes-615906.aspx>
- Avalos, S. y Calle, N. (2019). Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa de Nuevo Chimbote. Universidad César Vallejo, Chimbote. Recuperado el 02 de febrero de 2019, de http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/40165/Avalos_ASE-Calle_ALC.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Brackett, M. y Salovey, P. (2006). Measuring emotional intelligence with the Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT). Recuperado el 12 de diciembre de 2019, de <http://www.psicothema.com/pdf/3273.pdf>
- Carpena, A. (2014). Carpena, A. Creatividad y Emociones Positivas en Educación Primaria (Tesis doctoral). Universidad de Murcia, España. Recuperado el día 28 de noviembre de 2019, de <https://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/282912/TACM.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Castillo, R. W. (2014). Reporte del tamaño del efecto en los artículos de tres revistas de psicología peruanas en los años 2008 al 2012 (Tesis de pregrado). Universidad Mayor de San Marcos, Lima, Perú.
- Casullo, M. (2002). Evaluación del Bienestar Psicológico en Iberoamérica. Argentina: Paidós, 37-62.
- Cifuentes, M. (2017). La influencia de la inteligencia emocional en el rendimiento matemático de alumnos de educación secundaria. Aplicación de un programa de intervención psicopedagógica de educación emocional. Universidad Camilo José Cela, Madrid. Recuperado el 10 de enero de 2020, de [file:///C:/Users/USER/Downloads/Tesis%20Doctoral M%C2%AA%20Elisabet%20Cifuentes%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/USER/Downloads/Tesis%20Doctoral%20M%C2%AA%20Elisabet%20Cifuentes%20(2).pdf)
- Contini, N., Coronel, P., Levin, M. y, Estévez, A. (2003). Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes escolarizados de Tucumán. Recuperado el 22 de diciembre de 2019, de <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/3723>
- Colegio de psicólogos del Perú (2017). Código de ética. Recuperado el 18 de noviembre de 2019, de http://www.cpsp.pe/aadmin/contenidos/marcolegal/codigo_de_etica_del_cpsp.pdf
- Cutipé, Y. (2019). Perú: La causa principal del suicidio es la depresión. *Revista Caretas*. Recuperado el 15 de noviembre de 2019, de <https://caretas.pe/nacional/peru-principal-del-suicidio-depresion-salud-mental/>

Diario ABC (2015) La importancia de educar en las emociones. Recuperado el 07 de enero de 2020, de <https://www.abc.es/familia-padres-hijos/20150613/abci-padres-hijos-emociones>

[201506111701.html?ref=https%3A%2F%2Ffacebook.com%2F](https://www.abc.es/familia-padres-hijos/20150613/abci-padres-hijos-emociones)

Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2004). El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 6 (2). Recuperado el 13 de enero de 2020, de <http://redie.uabc.mx/vol6no2/contenido-extremera.html>

Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2013). Inteligencia emocional en adolescentes. Recuperado el 05 de enero de 2020, de https://www.researchgate.net/publication/263129042_Inteligencia_emocional_en_adolescentes

Ferragut, F., Fierro, A. (2012). Inteligencia emocional, bienestar personal y rendimiento académico en preadolescentes. *Revista Latinoamérica de Psicología*, 44(3), 95-104.

Fredrickson, B. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218-226.

García, Á., (2011). Elaboración de un modelo psicosocial multidimensional explicativo del consumo de alcohol desde la inteligencia emocional. Tesis Doctoral. Universidad Miguel Hernández De Elche. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=136396>

García, C. y González, I. (2000). La categoría bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General*, 16(6), 586-592.

García, D., Soler M., y, Cobo R. (2019). Bienestar psicológico en adolescentes: Relaciones con autoestima, autoeficacia, malestar psicológico y síntomas depresivos. Recuperado el 20 de marzo de 2020, de https://www.researchgate.net/publication/334638339_BIENESTAR_PSICOLOGICO_EN_ADOLESCENTES_RELACIONES_CON_AUTOESTIMA_AUTOEFICACIA_MALESTAR_PSIKOLOGICO_Y_SINTOMAS_DEPRESIVOS

Gaviria, M. (2016). La Transición de la educación primaria a la educación secundaria, un asunto por entender y atender desde la cotidianidad escolar. (Tesis de licenciatura). Corporación Universitaria Lasallista, Antioquia. Recuperado el 04 de enero de 2020, de http://repository.lasallista.edu.co/dspace/bitstream/10567/1679/1/Transicion_educacion_primaria_secundaria.pdf

Goleman, D. (1995). Inteligencia Emocional. Recuperado el 16 de diciembre de 2019, de <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Inteligencia%20Emocional%20Daniel%20Goleman.pdf>

Guerra, J., León, B. y, Guerrero, E. (2019). Emotional Intelligence and Happiness in the Learning Process. Recuperado el 04 de diciembre de 2019, de https://www.researchgate.net/publication/332441124_Emotional_Intelligence

[and Happiness in the Learning Process?fbclid=IwAR0yTTIDje8IXzMcVgwaCradUN7k1L5joWYVQH9WjGSK9NQJxP7KpLdZeU8](#)

Guerri, M. (2013). Inteligencia Emocional. Recuperado el 17 de diciembre de 2019, de

<https://books.google.com.pe/books?id=jKlOwgEACAAJ&dq=Guerri+2013++inteligencia+emocional&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwjWp8PauNjoAhVSnoAKHQsJDSsQ6AEIJzAA>

Gutierrez, G. (2015). Claridad del autoconcepto, autoestima y bienestar psicológico en adolescentes de zonas urbano marginales. (Licenciatura). Recuperado el 07 de noviembre de 2019, de

<http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/6099/GUTIERREZ MUNOZ GABRIELA CLARIDAD AUTOCONCEPTO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Hernández, S., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*.

(6a ed.). México D.F.: Mc Graw – Hill. Recuperado de: http://docs.wixstatic.com/ugd/986864_5bcd4bbbf3d84e8184d6e10eecea8fa3.pdf

Huebner, E. S.; Gilman, R. (2003). Toward a focus on positive psychology in school psychology. *School Psychology Quarterly*.

Iglesias, J. (2013). Desarrollo del adolescente: aspectos físicos, psicológicos y sociales. Recuperado el 17 de noviembre de 2019, de

https://www.pediatruiintegral.es/wp-content/uploads/2013/xvii02/01/88-93%20Desarrollo.pdf?fbclid=IwAR1FnwmdBnnGELVaLY2a746TZftsuXvku_g_zZFv-14S8KBNieZCajuPB5-4

Instituto de Ciencias de la felicidad (sf). ¿De qué trata la psicología positiva?

Recuperado el día 12 de diciembre de 2019, de

<http://cienciasdelafelicidad.mx/acerca-de/psicologia-positiva>

Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2019). Perú tiene una población

de 9 millones 652 mil niñas, niños y adolescentes al primer semestre del presente año. Recuperado el 04 de febrero de 2020, de

<http://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/peru-tiene-una-poblacion-de-9-millones-652-mil-ninas-ninos-y-adolescentes-al-primer-semester-del-presente-ano-11909/>

Instituto Nacional de Salud Mental “Honorio Delgado - Hideyo Noguchi” (2020). Uno de cada ocho niños o adolescentes presentarán algún problema de salud mental.

Recuperado el 15 de marzo de 2020, de

<http://www.insm.gob.pe/oficinas/comunicaciones/notasdeprensa/2012/011.html>

Kahn, J. (11 de Setiembre del 2013). Can Emotional Intelligence Be Taught? The New

York Times Magazine. Recuperado de:

https://www.nytimes.com/2013/09/15/magazine/can-emotional-intelligence-be-taught.html?_r=0

Khan, Y. ,Taghdisi, M. y Nourijelyani, K. (2015). Psychological Well-Being (PWB) of School Adolescents Aged 12- 18 yr, its Correlation with General Levels of Physical Activity (PA) and Socio-Demographic Factors In Gilgit, Pakistan.

Recuperado el 04 de diciembre de 2019, de

[file:///C:/Users/USER/Downloads/IJPH-44-804%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/USER/Downloads/IJPH-44-804%20(1).pdf)

Krauskopf, D. (2000). Participación social y desarrollo en la adolescencia. *Fondo de Población de las Naciones Unidas*, (2), 1-28.

Krauskopf, D. (2011). El desarrollo en la adolescencia: Las transformaciones psicosociales y los derechos en una época de cambios. Recuperado el 14 de diciembre de 2019, de http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Desarrollo%20adolescente%20Congreso%20psiquiatria_0.pdf?fbclid=IwAR09i7r-qYZ-7xSErnj7_c8_O5-QKJz-IrRUiGDq1UJx9_rDeYDJEHpjYY

Lomelí, A., López, M., y Valenzuela, J. (2016). *Autoestima, motivación e inteligencia emocional: Tres factores influyentes en el diseño exitoso de un proyecto de vida de jóvenes estudiantes de educación media*. Recuperado de <http://www.scielo.sa.cr/pdf/ree/v20n2/1409-4258-ree-20-02-00056.pdf>

Lupano, M. y Castro, A (2010). Psicología positiva: Análisis desde su surgimiento. Recuperado el 10 de diciembre de 2019, de <http://www.scielo.edu.uy/pdf/cp/v4n1/v4n1a05.pdf>

Manzano-Arrondo, V. (2009). Sobre la acotación de efectos y la existencia de relación. Recuperado de <http://asignatura.us.es/dadpsico/apuntes/efectos.pdf>.

Martín, M. L., Harillo, D. A. & Mora, J. A. (2008). Relaciones entre inteligencia emocional y ajuste psicológico en una muestra de alumnos de enseñanza secundaria. *Dialnet*, 14(1), 31-41.

Mayer, J., Salovey, P., y Caruso, D. (2004). Emotional Intelligence: theory, findings and, Implications. Recuperado el 12 de diciembre de 2019, de <http://ei.yale.edu/wp->

content/uploads/2013/12/pub56_MayerSalovey2004_EITheoryFindingsImplications.pdf

Merino, C y Livia, J. (2007). Rho, Tau y "r" de Pearson: Un programa Visual Basic para su transformación e intervalos de confianza. Avances en medición, 5(1), 145-152

Mestre Navas, J. M., Comunian M. L., y Comunian, A. L. (2007). Inteligencia emocional: una revisión a sus primeros quince años y un acercamiento conceptual desde los procesos psicológicos. Madrid. Ediciones Pirámide.

Ministerio de Salud (MINSA, 2017). El 20% de la población del País requiere atención en Salud Mental. Recuperado el 18 de marzo de 2019, de <http://www.minsa.gob.pe/index.asp?op=51¬a=22383>

Ministerio de Salud (MINSA, 2018). El 80% de peruanos con trastornos mentales no recibe tratamiento. La República. Recuperado el 10 de noviembre de 2019, de <https://larepublica.pe/sociedad/1197071-el-80-de-peruanos-con-trastornos-mentales-no-recibe-tratamiento>

Ministerio de Salud (MINSA, 2019). Más del 30% de adolescentes considera que el suicidio es una salida a sus problemas. Recuperado el 20 de noviembre de 2019, de <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/50706-mas-del-30-de-adolescentes-considera-que-el-suicidio-es-una-salida-a-sus-problemas>

Molina, C. y Meléndez, J. (2006). Bienestar psicológico en envejecientes de la República Dominicana. Recuperado el 17 de enero de 2019, de <https://www.uv.es/melendez/envejecimiento/bienestar.pdf>

Organización Helthy Children (2019). Etapas de la adolescencia. Recuperado el 24 de enero de 2020, de <https://www.healthychildren.org/Spanish/ages->

[stages/teen/Paginas/Stages-of-Adolescence.aspx?fbclid=IwAR1z4PfoLd-
CuCWNB7xHXjxoHwa5pGwzgphGKvWGk8OEBA-u8cShOKwq6_k](https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/CuCWNB7xHXjxoHwa5pGwzgphGKvWGk8OEBA-u8cShOKwq6_k)

Organización Mundial de la Salud (OMS, 2013). Salud de la madre, el recién nacido, del niño y del adolescente. Recuperado el 23 de noviembre de 2019, de https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/

Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019). Salud mental del adolescente. Recuperado el 23 de noviembre de 2019, de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020). Salud de la madre, el recién nacido, del niño y del adolescente: Desarrollo en la adolescencia. Recuperado el 03 de marzo de 2020, de https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/?fbclid=IwAR3oeieTH5FGVkjRKANW9HxPQVDV7wUwDyEJveplYileZxsWMr3ZCDjtNM

Papalia, D. (2009). *Psicología del Desarrollo, de la Infancia a la Adolescencia*, México DF, México: Industria Editorial Mexicana.

Pineda, S. y Aliño, M. (2002). I El concepto de adolescencia. Recuperado el 03 de enero de 2020, de <https://ccp.ucr.ac.cr/bvp/pdf/adolescencia/Capitulo%20I.pdf>

Pinedo, L. (2017). La Inteligencia Emocional en los Estudiantes del primer grado de Educación Secundaria de la Institución Educativa Almirante Miguel Grau Seminario del Centro Poblado de Almirante Grau, distrito de Bajo Biavo, Provincia de Bellavista, Región San Martín 2016. Universidad César Vallejo, Picota. Recuperado el 17 de diciembre de 2019, de

http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/932/pinedo_pl.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Real Academia Española (RAE, 2019). Inteligencia. Recuperado el 14 de diciembre de 2019, de <https://dle.rae.es/inteligencia>

Rodriguez, X. (2018). Adolescencia e inteligencia emocional. Recuperado el 28 de diciembre de 2019, de <https://flyingdreamers.com/adolescencia-e-inteligencia-emocional/>

Romero, R (10 de octubre del 2015). Salud: Conoce los trastornos mentales más frecuentes en Perú. Correo, p.1. Recuperado de: <https://diariocorreo.pe/miscelanea/los-trastornos-mentales-mas-frecuentes-en-peru-624338/>

Roy, P. (2013). Psicología Positiva. Conceptos básicos de Psicología Positiva. Recuperado el 28 de noviembre de 2019, de <https://cienciaconconcienciaplena.com/2013/10/16/conceptos-basicos-de-psicologia-positiva/>

RPP Noticias (2016). *Trujillo: El 41% de escolares presentan problemas emocionales*. Recuperado el 17 de noviembre de 2019, de <http://rpp.pe/peru/libertad/trujillo-el-41-de-escolares-presentan-problemas-emocionales-noticia-1014765>

Ruiz, C. (2011). *Test conociendo mis emociones*. C.E.P. Champagnat, Lima, Perú.

Ryff, C. y Keyes, C., (1995) The Structure of Psychological Well-Being Revisited. Recuperado el 18 de enero de 2019, de <http://midus.wisc.edu/findings/pdfs/830.pdf>

- Saez, R. (2018). Personalidad, inteligencia emocional y bienestar psicológico en adolescentes de colegios públicos de lima norte (Tesis doctoral). Universidad Privada San Martín de Porres, Lima. Recuperado el 10 de diciembre de 2019, de http://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/usmp/4468/saez_br.pdf?sequence=3&isAllowed=y&fbclid=IwAR1fPSndwcWetKYixtJCcm4tXbdhWH0gKTCTTSz10OFXtfYqDfr4asYexZ0
- Salovey, P. y Mayer, J. (1990). Emotional Intelligence. Recuperado el 03 de diciembre de 2019, de <https://journals.sagepub.com/doi/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG?fbclid=IwAR0XqvOnKgINcCiPBqGKVszcUVf7qFII3FI0ZsYkgh-YBX12UOYJnvfwWso>
- Salovey, P. y Sluyter, D. (1997). Emotional development and emotional intelligence: Educational implications. Recuperado el 15 de diciembre de 2019, de https://www.researchgate.net/publication/26490549_Factores_que_promueven_la_permanencia_de_estudiantes_en_la_educacion_secundaria
- Salud Mental (2015). Encuesta Nacional de Salud Mental Tomo I. Recuperado de https://www.javerianacali.edu.co/sites/ujc/files/node/field-documents/field_document_file/saludmental_final_tomoi_color.pdf
- Salvador, D. (2016). *Bienestar psicológico y habilidades sociales en alumnos de primer grado de nivel secundario de una Institución Educativa particular de la Trujillo*. (Licenciatura). Recuperado el 26 de noviembre de 2019, de http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/1971/1/RE_PSICO_DIEGO_SALVADOR_BIENESTAR.PSICOLOGICO_HABILIDADES.SOCIALES_DATOS.pdf

- Sánchez, M. (2019). Bienestar psicológico en adolescentes de educación secundaria de una institución educativa de Cajamarca. Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, Cajamarca. Recuperado de <http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/939/TESIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Sánchez, R. (2011). *Inteligencia Emocional y Proyectos de Vida*. Recuperado de <https://inteligenciaemocionalpnlt.wordpress.com/2011/04/04/inteligencia-emocional-y-proyectos-de-vida/>
- Sauleda, A. C. (2017). *Relación entre Inteligencia Emocional y Bienestar Psicológico en adolescentes ecuatorianos*. (Tesis de grado). Recuperado el 13 de enero de 2019, de <http://ddfv.ufv.es/bitstream/handle/10641/1349/TfG%20Caroline%20Sauleda.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Seligman, M. (2003). Positive psychology: Fundamental assumptions. Recuperado el 12 de diciembre de 2019, de <https://psycnet.apa.org/record/2003-99006-001>
- Seligman, M. y Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology An Introduction. Recuperado el 09 de diciembre de 2019, de <file:///C:/Users/USER/Downloads/Positive-Psychologie-Aufruf-2000.pdf>
- Siegel, D. (2014). Tormenta cerebral: El poder y el propósito de cerebro adolescente. Recuperado el 12 de noviembre de 2020, de [https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=j3Z7AwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT21&dq=Siegel%20\(2014\)%20la%20adolescenciA&ots=idf1bpOSze&sig=M-oLQX_MIT5DgMFMkhRN5A8kRo0&fbclid=IwAR2yzGMNvYiyS7aM_-](https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=j3Z7AwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT21&dq=Siegel%20(2014)%20la%20adolescenciA&ots=idf1bpOSze&sig=M-oLQX_MIT5DgMFMkhRN5A8kRo0&fbclid=IwAR2yzGMNvYiyS7aM_-)

[56QeOZ47ADVPKaj5qre-](#)

[NsZ8m_DVZ61IIDufQQ674#v=onepage&q=Siegel%20\(2014\)%20la%20adolescenciA&f=false](#)

Sjöberg, L. (2008). Emotional intelligence and life adjustment. Recuperado el 29 de diciembre de 2019, de https://swoba.hhs.se/hastba/papers/hastba2001_008.pdf

Solórzano-Gonzales, P. (2019). Inteligencia emocional y bienestar psicológico en adolescentes limeños. Recuperado el 19 de noviembre de 2019, de <https://casus.ucss.edu.pe/index.php/casus/article/view/160/118?fbclid=IwAR3oeieTH5FGVkjRKANW9HxPQVDV7wUwDyEJvep1YileZxsWMr3ZCDjtNM>

Trigoso, M. (2013). Inteligencia Emocional en Jóvenes y Adolescentes Españoles y Peruanos: variables psicológicas y educativas (tesis doctoral). Universidad De León, España. Recuperado de https://buleria.unileon.es/bitstream/handle/10612/3344/Inteligencia_emocional.PDF

Ugarriza, N. (2001). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I-CE) en una muestra de Lima Metropolitana. Recuperado el 19 de diciembre de 2019, de <https://www.redalyc.org/pdf/1471/147118178005.pdf>

Unicef (2011). *La salud mental del adolescente: Un desafío urgente para la investigación y la inversión*. Recuperado el 15 de marzo de 2020, de <https://www.unicef.org/spanish/sowc2011/pdfs/La-salud-mental-del-adolescente.pdf>

Veliz, A., Dorner, A., Soto, A. y Arriagada, A. (2018). Bienestar psicológico y burnout en profesionales de atención primaria de salud en la región de Los Lagos, Chile.

Recuperado el 24 de noviembre de 2019, de

<https://www.redalyc.org/jatsRepo/416/41657040009/41657040009.pdf>

Verano, G. (2013). Adolescentes: Guía para padres y madres. Recuperado el 02 de

diciembre de 2019, de

http://movil.asturias.es/Asturias/ARTICULOS/adolescentesguia.pdf?fbclid=IwAR1A6JBJ8PEyjt_kfDvIBjhtj6RUfWcUxd-RJuRvVhzzJSK3byIy4pSRsms

Vergaray, C. (2013). Inteligencia emocional y habilidades sociales en los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa técnico 3052 de independencia lima 2013 (Tesis postgrado). Universidad César Vallejo, Lima.

Recuperado el 01 de diciembre de 2019, de

file:///C:/Users/USER/Downloads/Vergaray_PC.pdf

Waterman, A. (1993). Two Conceptions of Happiness: Contrasts of Personal Expressiveness (Eudaimonia) and Hedonic Enjoyment. Recuperado el 28 de

diciembre de 2019, de

https://www.researchgate.net/publication/232515799_Two_Conceptions_of_Happiness_Contrasts_of_Personal_Expressiveness_Eudaimonia_and_Hedonic_Enjoyment?fbclid=IwAR2ETQQkUw0L25fiMDeVBc_j2AtyHmTlQGqny57Qqzgf4z_ntuzSZ6RMlts

Waterman, A., Schwartz, S., y Conti, R. (2006). The implications of two conceptions of happiness, hedonic enjoyment and eudaimonia, for the understanding of intrinsic motivation. *Springer*, (9), 41-79. °2W

Ysern, L. (2016). Inteligencia emocional, recursos y problemas psicológicos, en la infancia y adolescencia. Recuperado el 21 de diciembre de 2019, de

<https://core.ac.uk/download/pdf/75988838.pdf>